



# Transformando el Futuro del Trabajo en México: Todo sobre la NOM-037-STPS-2023 y su Impacto en el Home Office

Insights  
10.17.24

*An English version of this Insight is available by clicking above.*

Descubre cómo la Norma Mexicana sobre el Teletrabajo (NOM-037-STPS-2022) está transformando el futuro del trabajo remoto. Esta regulación esencial establece directrices claras para patrones y trabajadores, garantizando un entorno laboral seguro, equitativo y productivo. Entérate cómo promueve el equilibrio entre trabajo y vida personal, protege los derechos de los trabajadores y mejora la productividad en la era del teletrabajo.

## Puntos Clave

- La NOM-037-STPS-2023 entró en vigor el 5 de diciembre de 2023, a los 180 días naturales de su publicación en el DOF.
- La NOM-037-STPS-2023 establece directrices para un trabajo remoto seguro y equitativo en México.
- Los patrones deben proporcionar los recursos necesarios y garantizar un balance adecuado entre trabajo y vida personal.
- Se protegen los derechos de los trabajadores en home office, asegurando un trato equitativo con respecto a los compañeros que trabajan en la oficina.
- La comunicación y colaboración efectivas son esenciales para mantener la productividad.
- La regulación promueve la flexibilidad, el ahorro de costos y el bienestar de los trabajadores.

En un mundo cada vez más influenciado por la tecnología, el trabajo remoto ha ganado gran relevancia. Reconociendo esta tendencia, el gobierno mexicano introdujo la NOM-037-STPS-2023, una norma destinada a establecer directrices claras para trabajadores y patrones en relación con las prácticas de trabajo desde casa. Esta norma busca asegurar condiciones laborales justas y seguras en un entorno de trabajo remoto, reflejando la evolución de las dinámicas laborales en la era digital.

## Elementos Clave de la NOM-037-STPS-2023

La NOM-037-STPS-2023, emitida por la Secretaría del Trabajo y Previsión Social, detalla varios requisitos críticos para el trabajo remoto:

- **Balance entre Trabajo y Vida Personal:** La regulación enfatiza la necesidad de mantener un equilibrio saludable entre el trabajo y la vida personal para los trabajadores remotos. Se alienta a los patrones a establecer horarios laborales razonables y a definir claramente los límites entre el trabajo y la vida privada. Este aspecto es especialmente relevante, ya que los límites pueden perderse en un entorno remoto, lo que podría llevar al agotamiento.
- **Responsabilidades del Empleador:** Los patrones tienen la obligación de proporcionar a los trabajadores las herramientas, equipos y recursos necesarios para desempeñar sus funciones de manera efectiva desde casa. Esto incluye asegurar que los trabajadores tengan acceso a la tecnología y el software requeridos. Además, los patrones deben crear un ambiente de trabajo seguro y ergonómico que cumpla con los estándares establecidos por el gobierno, abordando preocupaciones relacionadas con la salud física.
- **Protección de los Derechos de los Trabajadores:** La norma refuerza el principio de trato igualitario para los trabajadores remotos en cuanto a salarios, prestaciones y condiciones laborales. Se establece explícitamente que los trabajadores que trabajan a distancia deben gozar de los mismos derechos y privilegios que sus contrapartes en la oficina. Esto es crucial para fomentar un ambiente laboral equitativo, especialmente en un contexto de creciente trabajo remoto.
- **Salud y Seguridad:** Los patrones están obligados a capacitar adecuadamente a sus trabajadores en prácticas de salud y seguridad al trabajar desde casa. Esto incluye formación sobre la creación de espacios ergonómicos, el reconocimiento de signos de estrés laboral y el acceso al apoyo en salud mental. Al priorizar el bienestar de los trabajadores, las organizaciones pueden mitigar los riesgos asociados con el trabajo remoto.
- **Comunicación y Colaboración:** La regulación resalta la importancia de una comunicación y colaboración efectivas entre patrones y trabajadores. Se fomentan reuniones regulares, actualizaciones de equipo y el uso de herramientas tecnológicas para asegurar el trabajo en equipo y mantener la productividad. Este enfoque ayuda a cerrar la brecha que la distancia física puede crear, promoviendo un ambiente de trabajo cohesivo.

## Beneficios de la NOM-037-STPS-2023

La implementación de la NOM-037-STPS-2023 ofrece varias ventajas tanto para trabajadores como para patrones:

- **Flexibilidad:** El trabajo remoto proporciona a los trabajadores mayor flexibilidad en la gestión de su tiempo, lo que les permite equilibrar de manera más efectiva sus responsabilidades personales y profesionales, especialmente para las madres trabajadoras. Esta flexibilidad puede traducirse en una mayor satisfacción laboral y bienestar general.

- **Ahorro de Costos:** Los patrones pueden reducir gastos relacionados con espacios de oficina, servicios y mantenimiento. Estos ahorros pueden ser reinvertidos en iniciativas de desarrollo y compromiso de los trabajadores, mejorando aún más el ambiente laboral.
- **Aumento de la Productividad:** La investigación indica que los trabajadores que tienen la libertad de trabajar de manera remota suelen mostrar niveles de productividad más altos. La autonomía que brinda el trabajo remoto permite a los trabajadores adaptar sus entornos laborales a sus preferencias, lo que se traduce en un mejor enfoque y eficiencia.
- **Reducción del Tiempo de Traslado y Estrés:** Eliminar la necesidad de desplazamientos diarios ahorra a los trabajadores tiempo valioso y reduce el estrés asociado con los viajes. Este tiempo adicional puede ser utilizado para actividades personales, contribuyendo a un balance más saludable entre trabajo y vida.
- **Mejora en la Retención de Trabajadores:** Las organizaciones que adoptan políticas de trabajo remoto pueden observar tasas de retención de trabajadores más altas. Al ofrecer flexibilidad y un enfoque en el bienestar, los patrones pueden crear un ambiente laboral más atractivo, reduciendo la rotación y los costos asociados.

## Conclusión

La implementación de la NOM-037-STPS-2023 representa un paso significativo hacia la creación de un entorno justo, seguro y productivo para el trabajo remoto. Al establecer directrices y requisitos para patrones y trabajadores, esta regulación promueve un balance saludable entre trabajo y vida personal, protege los derechos de los trabajadores y garantiza un ambiente laboral seguro y eficiente. Los cambios que introduce esta norma pueden generar numerosos beneficios para individuos y organizaciones, contribuyendo en última instancia a una experiencia de trabajo remoto positiva y exitosa. A medida que el panorama laboral continúa evolucionando, regulaciones como la NOM-037-STPS-2023 son esenciales para adaptarse a nuevas realidades mientras se prioriza el bienestar de la fuerza laboral.

Para obtener más información sobre cómo esto afecta sus operaciones en México, comuníquese con su abogado de Fisher Phillips o con el autor de este Insight. [Fisher Phillips México](#) está a su servicio para asistirle con cualquier pregunta relacionada con este tema, así como con cualquier asunto en materia de derecho laboral. Asegúrese de estar suscrito al [sistema Insight de Fisher Phillips](#) para recibir la información más actualizada directamente en su bandeja de entrada.

## Related People





**Mauricio Foeth**

Of Counsel

+52 55 48992148/+49 1575 8880464

Email

***Service Focus***

International

***Related Offices***

México